

**UDS**

**Mi Universidad**

*Nombre del Alumno: Sergio Alberto Gomez Nieto*

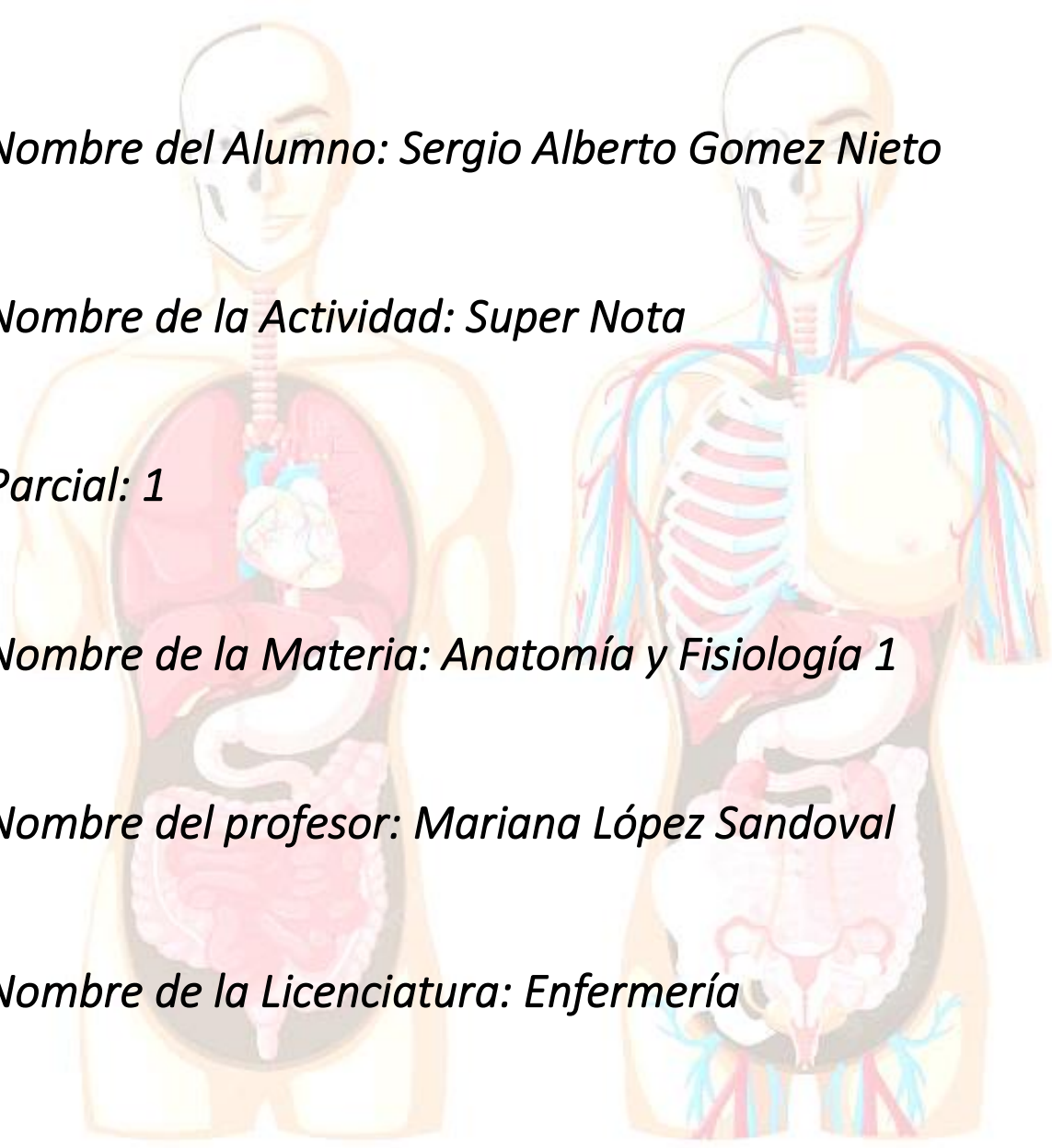
*Nombre de la Actividad: Super Nota*

*Parcial: 1*

*Nombre de la Materia: Anatomía y Fisiología 1*

*Nombre del profesor: Mariana López Sandoval*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*



## **Generalidades del tejido Muscular.**

### **¿Que es un tejido muscular?**

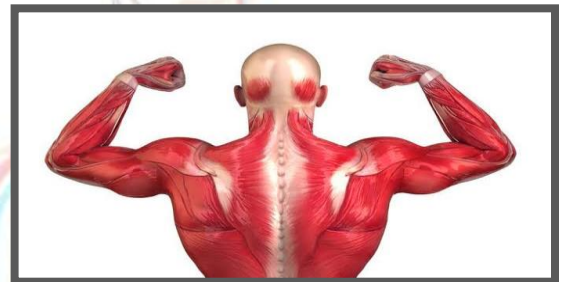
El tejido muscular es un conjunto de fibras musculares que permitir la contracción y así mismo el movimiento y la fuerza que este mecanismo conlleva.

### **Célula que conforma el tejido muscular.**

Todos los tejidos del cuerpo están formados por células especializadas, y en el caso del músculo este se compone en su interior de unidades estructurales denominadas miocitos. Los cuales son los elementos más básicos del tejido muscular.

### **Clasificación del tejido muscular.**

clasifican en dos tipos el liso y el estriado de los cuales el segundo se subclasifica en esquelético y cardíaco dependiendo del lugar del

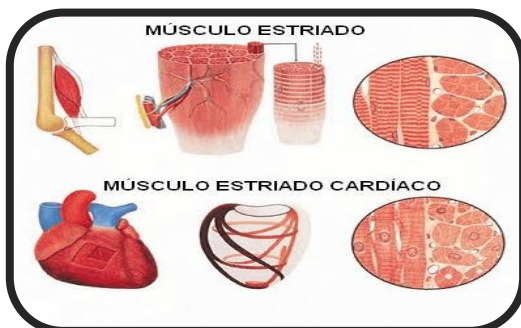


### **Músculo liso:**

se localiza en órganos como los intestinos, órganos reproductores, estómago, sistema urinario, vasos sanguíneos y también en el órgano sensorial más grande del cuerpo la cual sería la piel.



**Músculo estriado:** se divide en el esquelético que se localiza en todos los músculos que cumplen funciones voluntarias, es decir en extremidades superiores e inferiores, cabeza, cuello y tronco. En cambio, el cardíaco solo se localiza en el corazón, y es que le proporciona la **capacidad contráctil** que permite el bombeo de la sangre hacia todas las partes del cuerpo.



## ***función del tejido muscular***

Debido a que es un tejido que se localiza en múltiples lugares del cuerpo cumple con diferentes funciones.

**Movimiento voluntario** de piernas, brazos, tronco, cabeza y cuello. Contracción de las fibras del corazón, por lo que participa en la circulación de la sangre.

- **Movimiento de todas las estructuras.**
- **Movimientos externos.**
- **Movimientos automáticos.**



## ***Estructura del tejido muscular esquelético.***

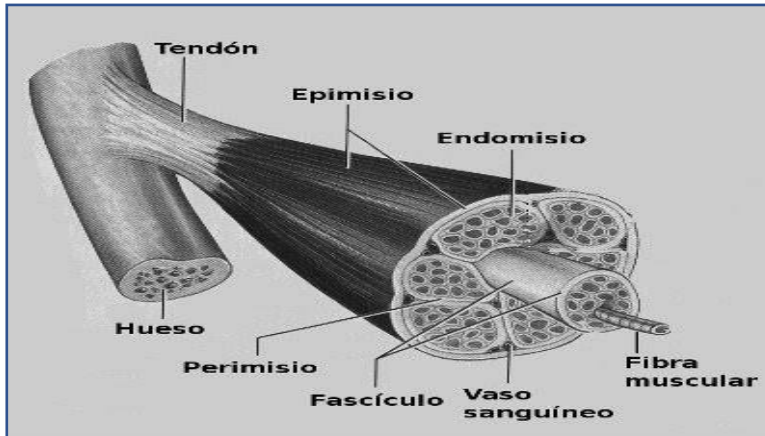
El músculo esquelético es un tipo de tejido muscular estriado que conforma nuestros músculos y gracias al cual podemos movernos. Está constituido por células o fibras musculares esqueléticas que son células largas, multinucleadas y acidófilas.

**Estructura.** El tejido muscular esquelético está conformado por un conjunto de fibras envueltas en diferentes capas de tejido conectivo, de las cuales existen tres tipos

**El endomisio:** envuelve las fibras musculares individualmente, está formado por una delgada capa de fibras reticulares y permite solo el paso de fibras nerviosas y capilares de pequeño tamaño, funcionando de este modo como un sitio de intercambio metabólico.

**El perimisio:** es una capa ligeramente más gruesa de tejido conectivo que consta principalmente de colágeno tipo 1 y tipo 3, rodea a un grupo de fibras musculares, a las cuales se les denomina fascículo o haz muscular

**El epimisio:** rodea a todos los fascículos que conforman al músculo. Este tejido conectivo denso formado principalmente de colágeno tipo I contiene el suministro neurovascular del músculo.



### **Metabolismo Muscular.**

**Importancia del metabolismo:** El metabolismo es muy importante en el ejercicio porque es el responsable último de que podamos realizar dicho ejercicio. El tener un buen metabolismo es requisito indispensable para un buen aprovechamiento de nuestras capacidades en la realización de cualquier actividad física.

### **Como funciona el metabolismo.**

El metabolismo es el proceso por el cual se transforman en el organismo los hidratos de carbono, las proteínas, las grasas, y otras sustancias esta transformación produce calor, dióxido de carbono, agua y detritos, con la finalidad de producir energía para realizar transformaciones químicas esenciales para el organismo y para desarrollar actividad muscular.

La actividad metabólica comprende la absorción, transformación, y eliminación de sustancias que permiten a las células cumplir sus funciones energéticas o de síntesis. Dicha actividad está compuesta por dos fases.

**Anabolismo.** Es una etapa del proceso metabólico en el que las sustancias ingeridas son transformadas en nueva materia orgánica.

Por ejemplo: la síntesis de proteínas en el tejido muscular a partir de los aminoácidos.

**Catabolismo.** Es una fase del proceso metabólico en la que se produce energía y se desechan las reacciones químicas destructivas.

Por ejemplo: la ruptura de la molécula de glucosa que es transformada en energía y agua.

## Tipo de Metabolismo.

**Metabolismo proteico.** Las personas con este tipo de metabolismo son poco propensos a la ingesta de azúcares y dulces, exhiben predilección por dietas ricas en proteínas y grasas animales, y suelen tener hambre con frecuencia.

**Metabolismo carbohidrático.** Las personas con este tipo de metabolismo tienen apetito moderado, y prefieren los dulces y las harinas, así como los estimulantes (como el café) Presentan una variación frecuente de peso y les cuesta alcanzar cierta estabilidad.

**Metabolismo mixto.** Las personas con este tipo de metabolismo se nutren por igual de ambas formas y suelen mantenerse en márgenes moderados de hambre, Sin embargo, cuando la alimentación falla son el primer grupo en dar síntomas de fatiga.

